

ФАКТОРИ НА ПСИХИЧНОТО ФУНКЦИОНИРАНЕ НА МЪЖЕ С НАДНОРМЕНО ТЕГЛО

Пламена Зафирова

Медицински университет „Проф. д-р П. Стоянов“ – Варна

FACTORS OF PSYCHOLOGICAL FUNCTIONING OF OVERWEIGHT MEN

Plamena Zafirova

Medical University of Varna

РЕЗЮМЕ

Въведение: Постоянно нарастващият брой на хората с наднормено тегло и увеличаването на хроничните заболявания, свързани с повишения ИТМ, поставят множество въпроси, отнасящи се до цялостната проблематика при функционирането на тези хора. Решаването на подобни въпроси е процес с нарастваща актуалност, а концептуализацията на модели за изследване, които улавят специфичната проблематика, обезпечава значимостта на разработката. Настоящото изследване е опит за извеждане на конкретни фактори, свързани с психичното функциониране и определянето на емпиричните индикатори за тяхното последващо изследване.

Цел: На базата на литературен обзор и на критичен анализ да се изведат факторите на психичното функциониране на мъжете с наднормено тегло. За изпълнение на целта се ориентирахме към следните задачи: дефиниране на термина психично функциониране; анализ на психологичните фактори, които могат да влияят на функционирането. Целевата група е: мъже от 30 до 45 г.

Материал и методи: Критичен обзор и анализ на литературата.

Резултати и дискусия: Идентифицирани са психични и социални фактори, които имат отношение и могат да опишат динамиката на психичното функциониране при мъжете с наднормено тегло, с цел операционализирането им и последващото им емпирично изследване.

Заклучение: Психичното функциониране на мъже с наднормено тегло е актуална тема. В литературата има много изследвания, свързани с дамите, но при господата лисват емпирични данни. Спряхме се на два концепта, които съдържат необходимата теория и на скали,

ABSTRACT

Introduction: The steadily growing number of overweight people and the increase in chronic diseases associated with elevated BMI pose a multitude of issues related to the overall functioning of these people. Resolving such issues is a process of increasing relevance, and the conceptualization of research patterns capturing specific issues ensures the importance of development. This study is an attempt to evoke specific factors related to psychological functioning and the emergence of empirical indicators for their subsequent research.

Aim: The purpose of this study is based on a literature review and a critical analysis to outline the factors of the psychological functioning of overweight men. To accomplish the goal of the study, we focus on the following tasks: defining the concept of mental functioning; analysis of psychological factors that may affect functioning. The target group consists of males from 30 to 45 years of age.

Materials and Methods: Critical review and literature analysis were conducted.

Results: Psychological and social factors have been identified. They are relevant and can describe the dynamics of psychological functioning in overweight men for the purpose of their operationalization and their subsequent empirical study.

Conclusion: The psychological functioning of overweight men is a current topic. There are many studies in the literature about women, but empirical data are missing for men. We have deferred to two concepts that contain the necessary theory and measuring scale needed to conduct an empirical study. These are the theories of Self-efficacy and psychological wellbeing.

Keywords: psychological functioning, overweight, self-efficacy, psychological wellbeing, operationalization, efficacy

нужни за провеждане на емпиричното изследване. Това е теорията за Аз-ефикасност и психично благополучие.

Ключови думи: *психично функциониране, наднормено тегло, Аз-ефикасност, психично благополучие, операционализация, ефикасност*

ВЪВЕДЕНИЕ

Постоянно нарастващият брой хора с наднормено тегло и увеличаването на хроничните заболявания, свързани с повишения ИТМ, поставят множество въпроси, отнасящи се до цялостната проблематика при функционирането на тези хора. Решаването на подобни въпроси е процес с нарастваща актуалност, а концептуализацията на модели за изследване, улавящи специфичната проблематика, обезпечава значимостта на работката. Настоящото изследване е опит за извеждане на конкретни фактори, свързани с психичното функциониране и извеждането на емпиричните индикатори за тяхното последващо изследване.

Целта на това проучване е на базата на литературен обзор и критичен анализ да се изведат факторите на психичното функциониране на мъже с наднормено тегло. За изпълнение на целта се ориентирахме към следните задачи: дефиниране на термина *психично функциониране*; анализ на психологични фактори, които могат да влияят на функционирането. Целевата група е: мъже от 30 до 45 г.

МАТЕРИАЛ И МЕТОДИ

Дефиниране на термина психично функциониране

Различни автори изследват и дефинират концепти на психичното функциониране. Самото психично функциониране не е дефинирано. Оказва се общообхватно понятие, без категорично съдържание. Психичното функциониране е в пряка взаимовръзка с психологията на личността и концептите дефинирани в тази връзка, се отнасят в еднаква степен и за двете.

Barton казва за личността, че е отворена и саморегулираща се система, взаимодействаща постоянно с външната среда (7). Van Heck и Caprara пък разграничават две нива на саморегулация: едното поддържа вътрешно постоянство при променящи се външни условия, а второто е свързано с адаптивните процеси, които целят да на-

малят противоречието между личността и нейната външна среда.

Magnusson формулира три положения: 1) човек се развива и функционира като цялостен интегриран организъм; 2) човек се развива и функционира в динамичен, непрекъснат процес на взаимодействие с неговата среда; 3) уникалното развитие и функциониране на човек е в непрекъснатост на взаимодействие между субсистеми от когнитивно-емоционални и биологични фактори – триединство на био-психо-социално функциониране. Макар биологичното да е обект на медицината, то има отношение и взаимодействие с психичното и социално функциониране.

Caprara заменя личността, като система от черти, с описание на личностните регулативни структури, които са организирани в хармонично цяло. От всичко казано до тук, следва че психичното функциониране е организирана комплексна цялост на емоции, когнитии, поведение и взаимодействие – между личностните диспозиции и ситуативните фактори; между външните стимули и субективното им възприемане; между възприятията и емоционалната активация; между активацията и физиологичните и поведенчески реакции на стимули от средата (11).

Анализ на психологични фактори, които могат да влияят на функционирането

В трудовете на Величков могат да се намерят отделни концепти, част от които са еднофакторни и научно детерминирани, което дава разбиране на последващото им комбинирание в многофакторни теории. Някои от концептите, които е важно да споделим като самостоятелни, макар част от тях да се преливат с други концепти, са Аз-образ, мотивация, когнития, емоция, личностна черта, личен контрол, лични стремежи, личностна интеграция, стратегии и тактики – в реализиране на индивидуална адаптация, поведение на нагаждане, локус на контрол, оптимизъм.

Следва да разгледаме няколко многофакторни теории (3).

Теорията за личната ефикасност е широко скроена теория с множество фактори. Спо-

ред социално-когнитивната теория, процесите на лична ефикасност влияят върху изпълнението на отделни задачи и допринасят за кохерентното функциониране на личността като едно цяло. Субективните оценки на хората за собствените им способности да се справят с различни проблеми, влияят върху психичното развитие и функциониране на поне две нива. *Първо*, субективното възприятие за лична ефикасност влияе върху голям набор от поведенчески, когнитивни и емоционални процеси, които са тясно свързани със субективното усещане за успех и благополучие. *Второ*, оценките на личната ефикасност влияят върху цялостната личностова система. Субективната оценка за лична ефикасност влияе върху взимането на решения, мотивацията, емоцията и когницията. Взимането на решение е взаимодействие между личността и ситуацията. Оценката за лична ефикасност играе роля в избора на ситуация, като се подбират ситуации, които субективно се възприемат като по-реализуеми и успешни от човека (10). След като човек е вече въввлечен в дадена ситуация, на база на оценка за лична ефикасност, той решава колко усилия като качество и количество да инвестира в ситуацията (8). Тук намира място и вътрешната мотивация, иначе разглеждана като отделен фактор на психично функциониране. Оценката за лична ефикасност влияе на емоционалната възбуда. Има корелация между чувството за лична ефикасност и тревожността – колкото по-високо е първото, толкова по-ниско е второто (9). Според Lazarus субективната оценка за лична ефикасност относно справянето със събития влияе много силно на емоционалния живот (16). Тук косвено се засяга адаптацията, също разглеждана като отделен фактор на психично функциониране, която има отношение и към когнициите. Оценките за лична ефикасност влияят върху когнитивното изпълнение, като се наблюдава следната корелация – колкото по-висока оценка за лична ефикасност, толкова по-качествено когнитивно изпълнение и обратно. Както и по-добро изработване на стратегия за справяне (13). Оценките за лична ефикасност чрез процесите за вземане на решения, мотивацията и успехите, емоциите и когнитивните възприятия влияят върху постижението, адаптацията и цялостното био-психо-социално функциониране. Оценката за лична ефикасност влияе и върху други процеси – поставяне на лични цели, част от концепта *дългосрочната мотивация*; придобиването на умения, част от концеп-

та за оптимално функциониране и личностната регулация и др.

Мотивацията е двигател, хранен от желанията на човека. Желанията се превръщат в цели, стремящи се към определен резултат, обикновено – подобрене в определен аспект. Човек има дългосрочни, краткосрочни, тесни и широки цели, план и стратегии за изпълнението им. Мотивацията е инвестиция на усилия в осъществяване на целите, което влияе силно върху поведението. Целта за дългосрочно осъществяване има голямо значение за цялостното психично функциониране. Митева говори за удовлетвореността и смисъла в живота, като предпоставки за справяне с предизвикателствата, позитивно възприемане на света, оптимизъм за бъдещето, ефективна копинг и емоционална саморегулация (4). Способността за поставяне на дългосрочни цели и субективното преживяване за смисъл, са в положителна корелация с мотивацията (1,2). Според Величков и Радославова психичното благополучие зависи до голяма степен от мотивацията и възможността за нейното удовлетворяване. Според Jahoda оптималното функциониране е концепт, съдържащ позитивно психично здраве, реализуемо посредством приспособяване, щастие и благополучие. Величков и Радославова разглеждат адаптацията като състояние на оптимално функциониране, осигуряваща възможност за личностен растеж, чрез самоактуализация и самореализация; самоуважение, като себеприемане и самоопределяне; формиране на жизнени цели чрез дългосрочна мотивация; автономност, чрез изразяване и устояване на себе си; управление и контрол на социалната среда и поддържане на положителни взаимоотношения с другите. Психичното благополучие на Ryff се препокрива с оптималното функциониране, като съдържание на конструкти.

Има още едно схващане за субективното благополучие на Lucas, Diener и Suh (17,18). Те го разглеждат като съвкупност от цялостни афективни и когнитивни оценки на човека за качеството на неговия живот и очертават следните компоненти: обща удовлетвореност от живота, честота на положителни и отрицателни емоционални преживявания, самооценка и оптимизъм, което като концепция се свързва повече с т.нар. качество на живот. Това схващане, тъй като е ориентирано по-скоро към общността, не представлява интерес за нас към психичното функциониране на личностно ниво (3). От изложеното дотук, концептите за *Аз-ефикасността* и за *оптималното функциониране* (психичното благополу-

чие на Ryff) представят нужната теория и скали за последващо изследване на психичното функциониране на мъже с наднормено тегло.

Според Giuli затлъстяването, както и наднорменото тегло, се свързват с нарушено качество на живот и на психично благополучие, както в развитите, така и в развиващите се страни. Психичното благополучие е в тясна взаимовръзка със субективното благополучие, особено при хората с наднормено тегло (15).

РЕЗУЛТАТИ И ДИСКУСИЯ

Наднорменото тегло през последните десетилетия бележи ръст на разпространение в общата световна популация. Данни от интернет цитират удвояване на общия брой хора с наднормено тегло от 1980 г. насам. Общият брой на хора с наднормено тегло през 2015 г. се изчислява на 2.2 милиарда – почти 1/3 от населението на планетата. В следващите три таблици са извлечените данни за България от НСИ през 2014 г. (табл. 1 и табл. 3) и – за сравнение – от 2008 г. (табл. 2)

„Според резултатите от проучването през 2014г. с наднормено тегло, включително и затлъстяване, са 62,2% от мъжете и 46,8% от жените над 18 години. С нормално тегло са 37,3% от мъже-

те и 49,6% от жените. Сравнението на данните от двете вълни на изследването показва увеличение на затлъстяването сред населението от 11,5% през 2008 г. на 14,8% шест години по-късно. То е по-голямо сред мъжете – от 11,6 на 15,5%, отколкото сред жените (от 11,3 на 14,2%)“ (20).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Идентифицирани са евентуални фактори, които влияят върху мъжете с наднормено тегло, с цел операционализирането им и последващото им емпирично изследване.

Психичното функциониране на мъже с наднормено тегло е актуална тема. В литературата има много изследвания свързани с дамите, но при господата лисват емпирични данни. Спряхме се на два концепта, които съдържат необходимата теория и скали, нужни за провеждане на емпирично изследване. Това са теорията за *Аз-ефикасността* и *психичното благополучие*.

ЛИТЕРАТУРА

1. Александров И. (2015) Личностни регулативни процеси в болнична среда. Основ-

Таблица 1. Разпределение на лицата на 18 и на повече от 18 години по ИТМ и по пол

Индекс на телесна маса	Общо	Мъже	Жени
Тегло под нормалното (под 18,5)	2,2 %	(0.5) %	3,6 %
Нормално тегло (18,5 - 24,99)	43,8 %	37,3 %	49,6 %
Наднормено тегло (25,00 - 29,99)	39,2 %	46,7 %	32,6 %
Затлъстяване (30,00+)	14,8 %	15,5 %	14,2 %

Таблица 2. Данни от 2008 година

Индекс на телесна маса	Общо	Мъже	Жени
Тегло под нормалното (под 18,5)	3,1 %	0,9 %	5,0 %
Нормално тегло (18,5 - 24,99)	46,4 %	41,2 %	51 %
Наднормено тегло (25,00 - 29,99)	39,1 %	46,3 %	32,7 %
Затлъстяване (30,00+)	11,5 %	11,6 %	11,3 %

Таблица 3. Разпределение на лицата по ИТМ и по възрастови групи

Индекс на телесна маса	Общо	Възраст (в навършени години)			
		15 - 24	25 - 44	45 - 64	65 +
Тегло под нормалното (под 18,5)	2,2 %	(5.9) %	(3.4) %	(0.8) %	(1.2) %
Нормално тегло (18,5 - 24,99)	43,8 %	73,3 %	53,0 %	34,6 %	34,4 %
Наднормено тегло (25,00 - 29,99)	39,2 %	16,3 %	34,1 %	44,9 %	45,8 %
Затлъстяване (30,00+)	14,8 %	(4.6) %	9,5 %	19,7 %	18,6 %

- ни направления в психологичната помощ, Стено, Варна.
2. Александров И. (2011) Влияние на дългосрочната мотивация върху функционирането на личността в процеса на реадaptация към извънболничната среда. VI-ти Национален конгрес по психология, Сборник с научни статии, София, 750-755.
 3. Величков А. (1997) Съвременни тенденции в психологията на личността, Българско списание по психология, 2, 3-21
 4. Митева Д. (2012) Психология на оптималното функциониране. Варна, УИ, ВСУ „Ч. Храбър“
 5. Сервоне Д. (2000) Мястото на възприеманата лична ефикасност в социално-когнитивната теория на личността, Българско списание по психология, 1-2, 3-21
 6. Хаджихараламбус К. (2012) Аз-ефикасност, равнище на стрес и субективно благополучие – межкултурно сравнение, Сборник по клинична и консултативна психология, Стено, Варна, 341-349
 7. Barton S. (1994) Chaos, self-organization, and psychology, American psychologist, 49, 5-14
 8. Bandura A, Cervone D. (1983) Self-evaluative and self-efficacy mechanisms governing the motivational effects of goal systems. Journal of Personality and Social Psychology, 45(5), 1017-1028.
 9. Bandura A, Taylor CB, Williams SL, Mefford IN, Barchas JD. (1985) Catecholamine secretion as a function of perceived coping self-efficacy. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53(3), 406-414
 10. Betz NE, Hackett G. (1981) The relationship of career-related self-efficacy expectations to perceived career options in college women and men. Journal of Counseling Psychology, 28(5), 399-410.
 11. Caprara GV. (1996) Structures and processes in personality psychology. European Psychologist, Vol 1(1), 14-26
 12. Caprara GV, Barbaranelli C, Pastorelli C, Cervone D. (2004) The contribution of self-efficacy beliefs to psychosocial outcomes in adolescence: Predicting beyond global dispositional tendencies. Personality and Individual Differences, 37(4), 751-763.
 13. Cervone D, Wood R. (1995) Goals, feedback, and the differential influence of self-regulatory processes on cognitively complex performance, Cognitive Therapy and Research, 19, 519-545
 14. Diener E, Fujita F. (1995) Resources, personal strivings, and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. Journal of Personality and Social Psychology, 68(5), 926-935.
 15. Giuli C et al. (2014) Correlates of perceived health related quality of life in obese, overweight and normal weight older adults: an observational study. BMC Public Health, 14, 35.
 16. Lazarus RS. (1991) Emotion and adaptation. New York, NY, US: Oxford University Press.
 17. Lucas RE, Diener E, Suh E. (1996) Discriminant validity of well-being measures. Journal of Personality and Social Psychology, 71(3), 616-628.
 18. Suh E, Diener E, Fujita F. (1996) Events and subjective well-being: Only recent events matter. Journal of Personality and Social Psychology, 70(5), 1091-1102.
 19. The Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME). New study finds more than 2 billion people overweight or obese. <http://www.healthdata.org/news-release/new-study-finds-more-2-billion-people-overweight-or-obese>. June 12, 2017
 20. Близо две трети от българските мъже са с наднормено тегло. https://www.dnevnik.bg/zdrave/2016/12/05/2877364_blizo_dve_treti_ot_bulgarskite_muje_sa_s_nadnormeno/ Дневник, 05.12.2016
 21. Национален статистически институт. Статистически данни > Демографска и социална статистика > Здравеопазване. <http://www.nsi.bg/node/3280>. 2018.

Адрес за кореспонденция:

Пламена Зафирова

Катедра по психиатрия и медицинска психология,

Медицински университет – Варна

e-mail: pamty@abv.bg